PMD™

PERSONAL MICRODERM

パーソナル・マイクロダーマ（PMD）
取扱説明書

本製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

- 機器をお使いになる前に
  - 取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。
  - 付属のトレーニング DVD で、使い方を確認ください。
- 取扱説明書は常に手元に置き、不明な点は絶えず確認ください。
- 保証書は取扱説明書とともに大切に保管してください。
- 本製品を他の人に譲渡されるときは、この取扱説明書を必ず添付してください。

《皆様へ》

パーソナル・マイクロダーマ (PMD) は、ブルーのラージ・ディスク、広口キャップが本体に装着された状態でお手元に届きます。トリートメント部位に合ったディスクに装着し直し、お使いください（ディスクのつけ方を参照）。

《機器の名称》

① 本体
② フィルター
③ ディスク
④ キャップ
⑤ アダプター
（色が異なる場合があります）

《ディスクの種類》

【ブルー・ディスク：フェイス / ボディ用】

■ラージ：ボディ用（腕、脚など）
＊吸引の強いラージ・ディスク（広口キャップ）でお顔のトリートメントをすると、お肌を痛める可能性があります。十分ご注意の上、お使いください。
■スモール：フェイス用（お顔、首、デコルテなど）

【グリーン・ディスク：ボディ用 (ひじ、かかとなど皮膚の固い部位に)】

■ラージ：広い範囲に
■スモール：せまい部位、または骨の浮き出た部位に
＊ボディトリートメントでも、最初はブルー・ディスクをおすすめします。慣れてからグリーンのディスクをお使いください。

【注意】 トリートメント中は機器（ディスク / キャップ）を一か所に止めず、常に動かしてください。止めたままですと、擦り傷、炎症、かさぶたの原因になります。

《キャップの種類》

■広口キャップ：ラージ・ディスク用
■細口キャップ：スモール・ディスク用

《ディスク及びキャップの装着》

1 アダプタが本体から外れていることを確認してからディスクを装着・交換を行います。
本体を手に持ち、ディスクをモーター・シャフトにはめ込みます。
この時、本体シャフトにフィルターがはめられているか確認ください。
＊トリートメント部位に合わせたディスクを装着してください。
＊ディスクを外す際は、本体を手に持ちシャフトから引き抜きます。
＊ディスクのシャフトはめ込みの深さにより、吸引圧に若干の差が出ます。

2 ディスクをはめたら、ディスクの大きさに合ったキャップを上からしっかり締めます。
＊キャップの締め方がゆるいと、「バキューム吸引」が適切に作動しません。
しっかり締まっているか、確認ください。

【注意】 ディスクはキャップの先端から、やや下になるようにします。
キャップから、ディスクが出ないようにしてください。

3 器具とアダプターを接続し、コンセントに差します。

《初めてトリートメントする時は》

P9〜12 を参照の上、トリートメントに適した状態・状況であることを必ず確認してください。
トリートメント前に、必ず反応テストをしましょう！
スキンタイプは人それぞれです。ご自分のタイプを確認し、お肌に合ったディスク、吸引圧、適切な時間でトリートメントを行いましょう。

＊使い慣れないうちは、ブルーディスクをご使用ください。本体のスイッチを入れキャップを皮膚に当てたら各部位に沿った形で滑らせ、感触をお確かめください。反応テストは手の甲や腕など、肌の状態が確認しやすく皮膚の厚い場所で行ってください。
PMD の操作・感触に慣れるまでは敏感な場所、目立つ場所への使用を避け、ご自身のお肌にあったトリートメント方法を見つけましょう。

■赤味がすぐ出る方は、敏感肌といえます。
■赤味の出にくい方は、比較的強い刺激にも耐えられるスキンタイプです。
ひじなど皮膚の硬い部分のトリートメントには、特に時間をかけてください。
＊お肌に合ったディスクであっても、トリートメントのやり過ぎにはご注意ください。

【注意】 トリートメント中は機器（ディスク / キャップ）を一か所に止めず、常に動かしてください。止めたままですと、すりきず、炎症、かさぶたの原因になります。

《洗顔》

1 フェイストリートメントを行う場合、メイクは落とし洗顔します。オイル分、汚れを取り、お肌を清潔な状態にします。

2 洗顔後は、清潔なタオルで水分をしっかりふき取ります。
トリートメントの前に、化粧水などはつけないでください。
＊お肌が乾いた状態の方が、マイクロダーマアブレージョンの効果は高まります。
＊髪が顔にかからないよう、まとめるかピンで留めます。

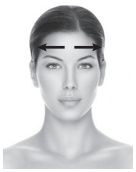
《トリートメント》

トリートメントの際は：

- トリートメント部位の両端を 2 本の指で引きあう、又は片方の手で皮膚をしっかり押さえるといった方法で肌を張った状態にし、ディスク / キャップが動き易いようにします。
  ＊ディスク / キャップが、皮膚の上を動き易いようにしましょう。トリートメント効果を高めるポイントです。
- 一か所にディスク / キャップを止めないで、肌の上を滑らせるように、常に上下、左右に動かしてください。円を描くように動かさないでください。
- キャップが、平均的に肌に当たるようにします。吸引が発生すると、モーター音が変わります。
- 一箇所につき一本の線を描くようなイメージで機器を動かしましょう。
  部位に応じ 1 ～ 2 回ディスクをかけますが、同じ箇所に 3 回以上ディスクをかけないでください。
- トリートメントの最中に、白い粉が出て、一時的に皮膚がやや赤く（ピンク色）なったと感じられるかもしれません。古くなった角質がはがされるためで、心配ありません。
- トリートメントをやり過ぎないでください。すりきずなどお肌に異常が現れた場合は、直ちに使用を中止してください。

【注意】 トリートメント中は機器（ディスク / キャップ）を一か所に止めず、常に動かしてください。止めたままですと、擦り傷、炎症、かさぶたの原因になります。

《フェイス・トリートメント》



■額：
皮膚を引っ張り、機器を額の中心から外側に動かします。

■眉 / 眉間：
皮膚を引っ張り、眉の上を眉頭からエンド方向へ。眉間は上に向かって、短いストロークで。

■ほお：
皮膚を引っ張り、中心から外側（下→上）へ。
＊目の周りは非常に敏感なエリアです。トリートメントは避けてください。

■こめかみ：
皮膚を引っ張り、外側に向けて。
＊目の周りは非常に敏感なエリアです。目じりへのトリートメントは避けてください。

■フェイスライン：
皮膚をしっかり押さえ、中心から外側へ上に向かって。

■ほうれい線：
ほうれい線のラインに沿って、下から上へ。

■鼻りょう：
上から下に向かって、一本の線を描くように。

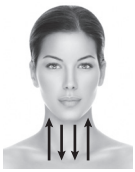
■小鼻：
小鼻に沿って、下から上へ。

■鼻の下：
唇の中心部を押さえ、中心から外側へ。
＊唇の皮膚は非常に薄く、敏感です。唇に機器が当たらないように注意してください。

■あご：
皮膚をしっかり押さえ、横方向に機器を動かします。

＊トリートメント後は、化粧水等で必ず保湿を行ってください。

《ボディトリートメント》



■首：
　皮膚をしっかり押さえ、上から下へ、次に下に上へと。
あごを上げると皮膚が引っ張られ、機器が動かしやすくなります。

■デコルテ：
　片方の手で皮膚をしっかり押さえながら、ディスクを中心から外側上方向へと動かします。鎖骨部分は、機器を密着させるように行います。

■腕：
　手首からひじへと直線を描くようにディスクを動かします。次に、ひじの上から肩の方向へ、同じく直線を描くように。ひじは、腕を曲げて皮膚を張った状態にして、一本の直線を描くように行いましょう。

■手：
　手の甲は、指の付け根から手首へと。指も、付け根から指先に向かって。

■脚（足首から上をいいます）：
　足首から膝へ。膝から腿へと（下→上へ）直線を描くように機器を動かします。

■足（足首から下の部分）：
　足首からつま先へ、やはり直線を描くように。足の指は、付け根から指先に向かって。踵も下から上（足裏から上方向）へと、機器を動かします。

《アフター・ケア》

角質層が再生するまでの間、一時的にお肌が敏感な状態になり、皮膚が乾燥したり、つっぱったりした感じがあります。トリートメントした部位には、必ず保湿ケアをしてください。角質層の再生プロセスにおいて、栄養を与える美容液クリームは、常用なアイテムになります。トリートメントの効果を高めるため、併せてお使いいただくことをおすすめします。

1 はがれた角質を洗い流し、清潔なタオルで水分を拭き取ってください。

2 ご自分の肌質に合った、刺激のない化粧水でお肌の pH バランスを整えます。肌に充分浸透させましょう（次の化粧品まで 5 分ほど置く）。

＊トリートメント後 48 時間以内は、アルファハイドロキシ酸、ベータハイドロキシ酸などのピーリング製品やレチン A 又はレチノール製品をお使いにならないでください。これらの製品を使用するには、お肌が過敏になっています。

3 美容液、（乳液、）クリームを塗布します。

＊再生効果を高める製品の使用をおすすめします。

【注意】 角質層をはがすと、保湿成分の浸透はよくなります。しかし同時にバリアー機能が失われます。特に紫外線に対し、皮膚は非常に敏感になります。お出かけの際は、日焼け止めをトリートメント部位全体に必ず塗ってください。

【注意】 トリートメント後、特に 3 日間は UV ケアを必ず行ってください。お肌のトラブルにつながる可能性がありますので、ケアは毎回入念に必ず行ってください。トリートメント後のメイクアップは可能です。

《フォローアップ＆メンテナンス》

1 機器シャフトにはめられているフィルターを、流水で洗います。
＊乾いたフィルターは、次のトリートメントに備えて本体に取り付けてください。

2 キャップやシャフトについた研磨カスは、固く絞った清潔な濡れタオル等でふき取ります。キャップ・フィルター・ディスクの汚れが強い場合は、抗菌石鹸水、アルコールで洗浄します。

注意！　機器を、水に浸さないでください。

3 ご使用後は機器を箱にしまい、涼しい乾燥した場所で保管します。
＊火気、湿気、直射日光を避けてください。

《ディスクの交換》

使い方にもよりますが、高い効果を維持するには、トリートメント 2 ～ 3 回を目途に交換してください。

《使用回数》

1 週間に 1 回程度 (目安)
＊角質層の再生期間が必要です。次のトリートメントまで、必ず間隔を開けてください。

《セット内容》

- PMD 本体
- コード / アダプター (100V 50/60Hz)
- ピーリング・ディスク（酸化アルミニウム）
- ブルー　（大 2/ 小 2）
- グリーン　（大 1/ 小 1）
- キャップ（プラスチック　広口 / 細口）
- 日本語取扱説明書
- インストラクション DVD

《仕様》

【寸法】　本体：17.5cm
筐体：縦 19.4cm (73/4in) x 横 16.3cm (21/2in) x 高 18cm (71/8in)
【重量】　680g (1lb 8oz) * 筐体含む　本体：126.5 g
【製造国】　ベトナム
【保証期間】1 年（バキューム、モーター、キャップ、アダプター）

《使用上の注意》

・取扱説明書および DVD に示された用法を守り、正しいトリートメントを行ってください。

・サロン、クリニックで施術を受けている場合は、そちらを優先してください。
プロ・トリートメントを受けている期間に機器の使用をご希望の場合は、トリートメント前に必ず相談してください。

・トリートメントは 1 週間に 1 回程度とし、次のトリートメントまで間隔を開けてください。

・トリートメント前に貴金属など装飾品は外してください。

・トリートメントする部位は洗浄し、清潔な状態にしてください。

・トリートメント前の肌には、化粧水や乳液をつけないでください。

・トリートメント部位の皮膚を張った状態にして、ディスクを密着させながら動かしてください。

・繰り返しトリートメント部位に機器をあてないでください。効果がすぐにわからない場合もあります。2 ～ 3 回お使いいただく中で、ご自分に最も適したトリートメント法を見つけてください。

・目の周りへのトリートメントは絶対行わないでください。

・肝斑のある部位は、強くこすらないでください。

・トリートメント中吸引力が強く、ディスク / キャップが肌の上を滑らないと感じた場合、広口キャップは使用しないでください。ラージ・ディスクと広口キャップでのバキュームは吸引が強くなっています。肌にくっついた場合は、すぐに肌から離してください。

・トリートメント中、痛みなど肌の異常を感じた場合は、直ちに使用を中止してください。深くすり過ぎると痛みを感じます。通常のトリートメントでもピリピリとした独特の感覚はありますが、痛みであってはなりません。違和感が続くようでしたら、皮膚科専門医にご相談ください。

・トリートメント後、一時的に肌が赤くなったり、過敏になったりすることがあります。赤味が 1 日中続く場合は機器の使用を中止し、直ちに皮膚科専門医にご相談ください。

・通院中の方、処方箋薬を服用している方は、機器使用前に担当医師にご相談ください。

・トリートメント後は、以下の点にご注意ください。
- 必ず化粧水・乳液・クリームなどで、保湿を十分行う。
- トリートメント部位すべてに、日焼け止めクリームをつける。

・直射日光を避け、UV ケアを行う。

・他の美容機器を同日使用しない。

・角質除去用化粧品、器具を使用しない。

・トリートメント期間は、ムダ毛の処理を行わない。
・カラーリング剤を使用しない。
・トリートメント後、機器キャップ、フィルター、ディスクは必ず掃除してください。
・機器の掃除は、電源を抜いた状態で行ってください。
・トリートメント回数、バキューム圧の強弱、ディスクの種類によって、トリートメント効果の表れ方は変わります。
・長期的に使用を続けることで、更なる効果を感じられるでしょう。
・皮膚の病歴がある方は、事前に必ず皮膚科専門医へご相談ください。

《危険事項》
＊健康面から下記症状及び疾患のある方は、機器の使用をしないでください。
・体調の優れない時。
・飲酒時。
・服薬により、酩酊状態、または体調に変化が生じる時。
・妊娠中および産後一か月以内。
・日焼け、ほてりを感じる時。
・外傷、火傷等の部位。
・幼児、子どもや自身の意思表示ができない人への使用。
・湿疹・皮膚炎を発症している方。
・皮膚科の治療（レーザー治療）を受けている。
・金属アレルギーのある方。
・肌が非常に敏感または、著しい乾燥肌の方。
・交通事故等による頭部および眼への後遺症がある方。
・白内障、緑内障、網膜剥離、飛蚊症、眼底出血など眼に疾患のある方。
・顔面に皮膚障害（アトピー、角化症、乾癬（かんせん）、酒さ、黒皮症、色素異常など）のある方。
・ニキビにひどい状態の方。
・顔面の神経障害、皮膚の知覚障害のある方。
・紅斑性狼瘡（こうはんせいろうそう）の方。
・骨折などで、顔面にメタルの埋め込み手術をされている方。
・整形などでシリコン、プラスチック等の埋め込み手術をされている方。
・毛細血管拡張を起こしている方、毛細血管の非常に弱い方。
・糖尿病、自己免疫疾患の方。
・アキュテインなどニキビ治療の内服薬をお使いの方。
・高血圧の方
・過度の貧血の方
・心臓疾患、悪性腫瘍、てんかん、糖尿病、結核性疾患の方。
・ステロイド剤の長期使用や肝機能障害で、毛細血管拡張を起こしている方。

＊安全性から下記の条件で、機器を使用しないでください：
・機器の不具合、故障状態での使用。 アダプター、電源コードの破損、故障は製造元、アフターサービス担当へご連絡ください。
・機器の水洗いをしない。また、水につけたり、水をかけたりしない。
・ペースメーカーなど体内埋め込み型医療機器、人工心肺などをお使いの方（医療機器の誤作動の危険性があります）。
・入浴しながらの使用（電気ショック、感電、やけどの原因になります）。
・お子さんが本機器で遊ばないように、手の届く所に置かないでください。
・取扱説明書に記載されている使い方以外の使用。
・機器の改造、分解を行わない（故障、修理は購入先にお問い合わせください）。

【販売元】 Praxi 株式会社
【連絡先】 カスタマーサービス：☎ 0120-405-222